



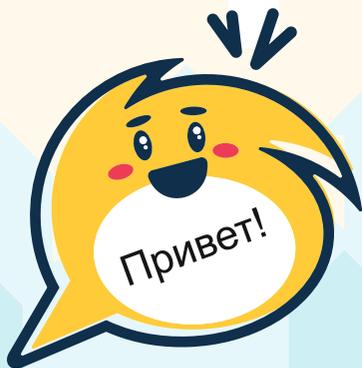
СБОРНИК ДВОРОВЫХ ИГР

КАПИТАНЫ ДВОРА СЕМЕЙНЫЙ СЕЗОН



Список дворовых игр

1. Квадрат	2
2. Прятки – 12 палочек	3
3. Горячая картошка	4
4. Десятки	4
5. Резиночка	5
6. Ножички	7
7. Классики	7
8. Олимпиада	8
9. Три –пятнадцать	8
10. Штандер-стоп	9
11. Море волнуется раз	9
12. Вышибалы	10
13. Прятки с домом	10
14. Клубочек	11
15. Десятки с мячом	11
16. Казаки-разбойники	12



«Квадрат»

Игровое поле представляет собой начерченный на земле или асфальте квадрат произвольного размера (как правило — около 6×6 метров), разделённый на четыре меньших квадрата, каждый для отдельного игрока. В центре поля, на перекрестии, рисуется круг, предназначенный для подачи. Существуют отдельные виды игры, таких как, например, челябинский квадрат, в которых вместо круга используется перекрестие.

Правила игры:

1. Игра начинается с подачи мяча в круг поля в направлении соперника. Подавать можно только по диагонали.
2. Число касаний не ограничено.
3. Игрок может отбить мяч «до» и «после» (максимум 1) касания мячом его квадрата.
4. Запрещено трогать «чужой» мяч (летающий на другого игрока).
5. Если игрок отбивает мяч на свой квадрат, ему засчитывается 1 гол.
6. Если мяч падает на линию (между 2 игроками) или на круг, переподает тот игрок, который коснулся мяча последним.
7. Если игрок подаёт мяч на линию соперника (со стороны аута), то переподает мяч игрок, который коснулся мяча последним.
8. Если мяч улетает в аут (за пределы общего квадрата), игроку, подавшему этот мяч, насчитывается 1 гол.
9. Если мяч падает на квадрат игрока и ударяется об поле 2 раза, игроку насчитывается 1 гол.
10. Как правило, игра продолжается до 11 голов. Забивать голы можно любой частью тела, кроме рук.
11. После подачи обороняющийся имеет право отбить мяч лишь после одного касания о его часть квадрата.
12. Если один из игроков пропустил 11 голов (часто бывает такое, что правила игры немного изменяют и игра длится не до 11, а до 5 очков), он выбывает из игры. Когда на игровой площадке остаются 2 игрока, они занимают каждый по два квадрата и играют до тех пор, пока один из них не пропустит 7 голов.

При игре два на два игроки, находящиеся по диагонали друг к другу, считаются союзниками и имеют общий счёт.

«Заглушить» — набивая мяч на ногу (колени, голове), ногой зафиксировать его на квадрате соперника. Соперник, зная этот манёвр, имеет возможность сбить набивание. При этом каждый игрок не может выходить из своего квадрата (касаться одновременно двумя ногами чужой зоны).

Можно перед началом игры договориться о том, что мяч задевается только один раз, то есть «набивания» в игре нет. Также иногда играют с

правилом «Сквозной»: если мяч коснулся зоны игрока, а следующее касание по мячу произвёл другой игрок, то первому игроку засчитывается гол.

«Прятки – 12 палочек»

Детская подвижная игра, усложнённый вариант игры в прятки. В ней есть возможность «спасти» найденных игроков.

Цель игры: найти спрятавшихся игроков и не дать им добежать до стартовой базы.:

Для начала игры нужна дощечка и 12 деревянных палочек длиной 20-30 см. Дощечку кладут на камешек, кирпич, брусок или толстую палку так, чтобы один конец её касался земли, а другой был приподнят, то есть делают «катапульту». На нижний конец дощечки кладут 12 палочек.



По жребию выбирается ведущий. Он ударяет ногой по свободному концу дощечки, и деревянные палочки разлетаются в разные стороны. Пока водящий собирает палочки, все остальные участники разбегаются и прячутся. После того как палочки собраны и уложены на дощечку, водящий начинает искать спрятавшихся.

Правила игры:

1. Водящий не подсматривает за разбегающимися, пока собирает палочки.
2. Пока игрока не нашли, он может незаметно подбежать к «катапульте» и ударить по ней ногой так, чтобы палочки разлетелись, со словами: «Двенадцать палочек летят!». Тогда игра начинается заново, и дети ищут другие потайные места.
3. Если ведущему удастся поймать хоть одну палочку до падения, он меняется ролями с тем участником, который рассыпал реквизит.
4. Найденный игрок выбывает из игры.
5. Если все игроки обнаружены, и никто не сбил дощечку, то выбирается новый водящий — первый найденный игрок.

Небольшое уточнение: количество палочек в игре соответствует количеству игроков. За каждого найденного водящий кладёт палочку на дощечку. В ещё более усложнённом варианте в процессе игры разрешается, незаметно для водящего, подкравшись ударить ногой по дощечке. Все ранее найденные игроки разбегаются, и игра начинается снова

«Горячая картошка»

Все игроки становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч, отбивая его. Если кто-то из игроков мяч не отбил, он садится на корточки в центр круга ("котел"). Игра продолжается.

Любой игрок по желанию может выручить «провинившихся». Для этого он, отбивая мяч, старается попасть им по сидящим в центре круга. «Освобожденный» (тот, кого коснулись мячом) вновь принимает участие в игре.

Сидящие внутри круга стараются поймать летящий мимо мяч. Важно - при этом нельзя вставать с корточек в полный рост, можно только пытаться подпрыгнуть, не вставая в полный рост. Если кому-то из игроков это удалось, то все «наказанные» возвращаются в игру, а игрок, бросивший мяч, занимает их место.

Для игроков помладше - то же самое, но мяч можно не отбивать, а ловить в две руки и быстро (!!! - картошка же горячая, обожжемся !!!) перекидывать следующему игроку. Если кто-то замешкался - тоже идет в круг "провинившихся".

«Десятки»

Для этой игры нужна небольшая площадка, стена, мяч и хотя бы два игрока. Каждый игрок должен выполнить десять упражнений:

10. Десять раз подряд ударить мячом об стену, отбивая его, как в волейболе.
9. Девять раз стукнуть мячом об стену, ударяя по нему ладонями снизу.
8. Восемь раз бросить мяч из-под правой ноги, ударяя о стену, а от стены поймать мяч руками.
7. Семь раз бросить мяч из-под левой ноги, ударяя его о стену, и от стены поймать мяч руками.
6. Стоя лицом к стене, шесть раз бросить мяч сзади между ногами об землю так, чтобы он отскочил к стене, ударился о стену, и затем поймать его в руки.
5. Пять раз, стоя спиной к стене, бросить мяч между ног, быстро повернуться и поймать его в руки после удара о стену.
4. Четыре раза бросить мяч о стену так, чтобы он отскочил от нее на землю, с отскока от земли снова ударить об стену и затем поймать.
3. Ударить мяч об стену три раза, сложив ладони лодочкой.
2. Два раза ударить мяч об стену сложенными вместе кулаками.
1. Подбросить и ударить мяч об стену прямым пальцем один раз.

После этого нужно сдать «экзамен»: каждое упражнение продельвается по одному разу, при этом нельзя разговаривать.

Если игрок с мячом во время выполнения какого-либо задания ошибся - мяч переходит к следующему по очереди игроку. По возвращению хода игра продолжается с момента, на котором игрок ошибся (но с "нуля", т.е. если из 8 сделано 5, потом ошибка, то, когда дойдет ход, нужно снова сделать 8). Победителем считается тот, кто первым выполнит все задания и сдаст "экзамен".

«Резиночки»

Ни одна игра во дворе не пользовалась такой популярностью у девочек и даже изредка у мальчишек, как резиночка. Прыгали день напролет в любом удобном и не очень месте - школьные коридоры во время переменок, площадки во дворе, любой более-менее ровный участок земли, асфальта, квартиры.

Конечно, большой проблемой было достать эту самую заветную резиночку - в магазине не так-то просто было ее найти. Поэтому были и "ветеранские" резиночки - жутко растянутые или все в узелках, и резиночки, полностью связанные из разных кусочков-остатков... И конечно весь двор мечтал о новой длинной резинке. Если кто-то становился счастливым обладателем таковой - во дворе не было отбоя от желающих прыгать.

Для игры нужно 3-4 участника и та самая резиночка длиной не меньше 4 метров.

Можно было играть и вдвоем и даже одному (в этом случае резинка обычно разрезалась и одним или двумя из участников, держащих резиночку, становилось дерево или столб). Можно было играть и компанией больше 4 человек, но в таком случае кому-то придется ждать.

Правила игры в резиночку:

Два игрока становятся "в резиночку". Один игрок прыгает (выполняет ряд упражнений) - по очереди на всех уровнях. У нас обычно каждое упражнение выполнялось на всех уровнях по очереди, после чего переходили на следующее упражнение и начинали его прыгать с 1 уровня - так игра была разнообразнее. Иногда прыгалось по-другому - все упражнения сразу выполнялись сначала на 1, затем на 2,3 и так далее уровнях. На 5-6-7 уровнях сложные упражнения отменялись (об этом напишу ниже).

Если игра идет вдвоем: как только прыгающий ошибается (сбивается, цепляется за резинку, наступает на резинку и т.п.) - он становится "в резиночку", и следующий игрок начинает прыгать. Продолжают прыгать всегда с того места, где сбившись. Если игра идет четвером: когда игрок сбился, его может выручить партнер по команде. Когда и он сбивается, пары меняются местами (сбившаяся команда

становится "в резиночку"). Продолжают прыгать команды всегда с того места, где они в последний раз сбились.

Уровни игры в резиночку:

- первые - когда резиночка находится на уровне щиколоток держащих

- вторые - резиночка на уровне колен

- третьи - резинка на уровне бедер ("под попой")

- четвертые - резинка на уровне пояса

- пятые - резинка на уровне груди

- шестые - резинка на уровне шеи

- и даже седьмые - резинка держалась руками на уровне ушей.

Список выполняемых упражнений:

Простые

Прыгаем: ноги с двух сторон от одной резиночки, подпрыгиваем, ноги с двух сторон от другой, выпрыгиваем с другой стороны резиночки

Бегунчики (пешеходы, рельсы)

Подпрыгиваем, наступаем одновременно - по одной ноге на одну "резиночку", подпрыгиваем, меняем ноги местами - так 4 раза (можно приговаривать "пе-ше-хо-ды"), выпрыгиваем с другой стороны резиночки

Ступеньки

Прыгаем двумя ногами (вместе) - подпрыгиваем, зацепляем одну резинку, наступая на другую, потом одним прыжком освобождаемся от резинки и выпрыгиваем с другой стороны

Бантик

Правая нога снизу первой резинки, левая сверху. Прыгаем на вторую резинку так, чтобы получился бантик (правая сверху, левая снизу). Одним прыжком освобождаемся от резинки и выпрыгиваем с другой стороны

Конфета (конвертик)

Прыгаем двумя ногами сразу за вторую резинку, зацепив первую (получаем перекрест, внутри которого стоим), подпрыгиваем и наступаем на обе резинки двумя ногами, выпрыгиваем из резинки

Кораблик

Начинаем как в конвертике - запрыгиваем внутрь двумя ногами, подпрыгиваем и приземляемся так, чтобы обе ноги оказались "снаружи" резинки, перекрещиваем в одну и в другую сторону, выпрыгиваем из резинки

Платочек

Цепляем одну резиночку одной ногой, переносим ее за вторую (получается конвертик, но одной ногой), подпрыгиваем и поворачиваемся на 180°, не отпуская резиночку, дальше прыгаем - освобождаемся от резинки и приземляемся так, чтобы ноги были с двух сторон от первой резиночки

«Ножички»

На чистой от травы и притоптанной земле чертится круг.

Круг расчерчивается на равные сектора по количеству участников (если играют двое, то круг, соответственно, делится ровно посередине).

Каждый участник встает в свой сектор. Игроки по очереди кидают нож в соседние сектора. Если нож не воткнулся, ход переходит следующему игроку. Если нож воткнулся, то по оси, по которой воткнулся нож, тем же ножом вычерчивается прямая линия.

Линию нужно прочертить, не выходя из своего сектора. Если этого сделать нельзя, бросок не засчитывается.

Эта линия делит «Вражеский» сектор на две части, меньшая из которых присоединяется к территории игрока, удачно метнувшего нож (рис. 1). Линия становится новой границей, а старая стирается (рис. 2)



рис. 1



рис. 2

Если сектор игрока в результате враждебных захватов уменьшится настолько, что он не сможет в нем стоять хотя бы одной ногой, игрок выбывает.

«Классики»

На асфальте рисуется таблица (см. рисунок). Клетки нумеруются. Вариантов нумерации много.

Кидается камешек или битка, сначала на «1». Игрок прыгает на эту клетку, а потом последовательно на остальные, в соответствии с нумерацией.

Камешек кидается на следующую цифру. Игрок снова прыгает по всем квадратам в соответствии с нумерацией, и так до конца игры. Сложности начинаются, когда нужно попасть камешком на дальние квадраты.

Нельзя попадать камешком на линии и в «огонь». Нельзя наступать на линии и на «огонь».



Есть варианты, при которых камешек или битку надо перемещать с клетки на клетку ногой, а не кидать.

«Олимпиада»

Олимпиада — игра, развивающая ловкость, координацию движений и внимательность. Никто не знает, почему эта игра так называется, но от этого она не стала менее интересной.

Для игры необходима компания от 3-х человек и резиночка, длиной около 5-ти метров.

Правила игры Олимпиада

Резиночка связывается, два игрока встают, растягивают резиночку и перекрещивают ее определенным образом (см рисунок).

Далее игроки говорят:

— «Олимпиада,
Мамина помада,
Папины трусы,
Раз, два, три!»

На последнем слове, запутывают резиночку, ставя на нее ноги, поднимая одну руку вверх, а другую вниз или любым другим способом так, чтобы образовалась паутинка позамысловатее.

После этого игроки, держащие резиночку, замирают в этой позе. Задача остальных игроков, пролезть через образовавшуюся паутинку и не коснуться при этом резиночки.

Причем через резиночку можно и перепрыгивать, и проползать под ней, главное не дотронуться. Тот, кто дотронется, считается проигравшим и встает на место одного из тех, кто держит резиночку.

Можно играть командами пара на пару. Одна пара держит резиночку, два других игрока пытаются через нее пролезть, если кто-то из команды совершил касание, команда считается проигравшей и меняется местами с командой, держащей резиночку.



«Три –пятнадцать»

Дети становятся в круг (6-7 человек), выставляя вперед одну ногу (в центр круга), говорят хором: «Три-пятнадцать!»- и отпрыгивают назад. Далее один из игроков начинает прыгать на одного из играющих, стоящих рядом, стараясь наступить ему на ногу. Игрок, в сторону которого прыгают, должен одновременно отпрыгнуть назад, и в свою очередь сделать прыжок в сторону рядом стоящего игрока, также стараясь наступить на ногу соседу, если ему это удастся, то сосед выходит из игры. Игра продолжается, пока в игре останется один победитель.

Наступать на ногу надо аккуратно, только обозначая движение.

«Штандер-стоп»

Для игры нужно не меньше 4 игроков и мяч.

Выбираем водящего. Он берет мяч в руки и становится в центр круга, который образуют остальные игроки. Водящий подбрасывает мяч и называет имя любого игрока (например, «Штандер-Паша».) Тот, чье имя назвали, должен поймать мяч, в это время все остальные разбегаются как можно дальше от него. Как только мяч пойман, игрок кричит: Штандер-стоп! Все замирают на месте.

Игрок с мячом выбирает любого игрока, до которого ему нужно будет дотронуться мячом.

Дальше игрок начинает говорить, сколько и каких шагов ему понадобится для того чтобы достать до игрока.

Шаги были такие:

- **гигантские** — шаг на весь размах ноги

- **человеческие** — обычные шаги

- **лилипутские** — когда пятка одной ноги ставится сразу перед носком другой

- **муравьиные** — на носочках делают маленькие шажки (один шагок сразу перед другим)

- **зонтики** — кружок вокруг себя на одной ноге

- **утиные** — шаги впрысядку

- **лягушка** — прыжок

- **верблюжьи** — нужно было шагать туда, куда доплюнул

Интересно, конечно, было назвать кучу «развлекательных» шажков, чтоб было веселее. Например, говорилось: «До Кати 7 гигантских, три зонтика, два лилипутских...» После того, как названы все шаги, игрок с мячом выполняет их и должен кинуть мяч в сторону загаданного игрока. Если игрок мяч поймал или увернулся, водящий снова подкидывает мяч вверх и все повторяется сначала. Если попал, то игрок становится водящим.

«Море волнуется раз»

Выбирается ведущий.

Он отворачивается от остальных и произносит считалочку (пока он говорит, все игроки хаотично двигаются)

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри

Игроки замирают, изображая «морские» фигуры. Ведущий подходит к любому игроку, дотрагивается до него рукой — игрок изображает, кого именно он показывает. Задача ведущего — отгадать, что это за фигура.

Если игрок изображает непохоже, он становится водой на следующий этап. Конечно, иногда ведущий и сам специально «засуживает» какого-то игрока, но тогда можно решить спорный вопрос коллективно. Было еще усложнение к правилам: если какой-нибудь игрок шевелился или смеялся во время «выступления» другого, то он становился водой.

Загадываются также:

- звериная фигура, - птичья фигура, - клоун-фигура, - рабочая фигура, - безумная фигура.

«Вышибалы»

Дети делятся на две равные команды. По жеребьевке или считалке определяются «вышибалы». «Вышибалы» делятся на две группы и становятся на расстоянии 6-7 метров на заранее прочерченных линиях. У них в руках мяч. В середине (в кругу) — другая команда, которую будут выбивать мячом. Игра начинается по сигналу. Задача детей в кругу - увернуться от мяча. Игрок, которого выбили мячом, выходит из круга. Если кто-нибудь из детей в кругу ловит мяч, то выбитый ранее игрок возвращается в круг. Когда дети в кругу ловят мяч, то этот мяч считается, как запас и, если выбивают игрока, то он остается в игре. Игра продолжается до тех пор, пока не будут выбиты все игроки. Затем команды меняются местами.

Варианты:

1. Вышибала кидает мяч вверх, крича: «Бомба», - все должны сесть и не шевелиться, если при этом мяч попадает на игрока, тот выходит с поля.
2. Вышибала говорит: «Торпеда», - и пускает мяч катиться по земле, все игроки должны пропустить мяч между ногами.
3. Оставшийся один, игрок может выручить всю команду, если его не выбьют мячом столько раз, сколько ему полных лет, в этом случае вся команда заходит в круг и игра продолжается.

До игры дети договариваются, считать ли игрока выбитым, если мяч отскочил от земли, а потом «попал» в игрока.

«Прятки с домом»

На игровой площадке очерчивается дом и определяется кон - то место где будет «жмурка» «застукивать» найденного игрока. Выбранный детьми водящий встает около дома, закрывает глаза и ждет, пока все спрячутся и кричит: «Раз, два, три, четыре, пять, я иду искать, кто не спрятался, я не виноват! Первая (вторая, третья и т.д.) «курица» жмурится!»

После этих слов идет искать детей. Каждого найденного он громко называет по имени, бежит к дому и «застукивает» его - стучит рукой по кону и кричит: «Тук- тук за Таню» (называет имя ребенка, которого увидел), затем снова идет искать, до тех пор, пока не будут найдены все игроки.

Когда «жмурка» ищет детей, тот, кого уже «застукали», может подсказывать другим игрокам о приближении «жмурки» словами: «Топор, топор сиди как вор!»-значит, «жмурка» подошел близко, если «Пила, пила, лети, как стрела» - можно бежать к кону.

«Клубочек»

(В игре участвуют не менее 10 человек).

Считалкой выбирают водящего – «бабку», которая становится спиной к детям, на расстоянии 2-3 метров. Все остальные дети становятся в круг и крепко держатся за руки. Их задача – запутать «нитку» так, чтобы «бабке» было трудно их распутать. Можно пролезать под рукой, перешагивать через сцепленные руки и т.д. Как только «нитка» запутается, дети кричат: «Бабка, бабка, распутай нитки!» После этих слов «бабка» поворачивается лицом к детям, идет к ним и распутывает «нитки».

Правило: детям, стоящим в кругу, нельзя расцеплять руки, пока «бабка» не распутает все «нитки».

«Десятки с мячом»

1. Ударить мяч о стенку и поймать его (один раз).
2. Мяч о стенку с поворотом вокруг себя на 180 градусов и поймать (два раза).
3. Мяч о стенку и поймать после отскока от пола (три раза)
4. То же с поворотом вокруг себя на 180 градусов (четыре раза)
5. Мяч бросить о стенку, хлопнуть в ладоши и поймать (пять раз)
6. Мяч бросить о стенку под ногой и поймать (шесть раз)
7. Мяч бросить вверх, хлопнуть в ладоши и поймать (семь раз)
8. «Корзина»- мяч подбросить вверх руки сложить кольцом и пропустить мяч в «кольцо» (восемь раз)
9. Бросить мяч о стенку, хлопнуть руками по коленям и поймать мяч. (девять раз)
10. Отбивание мяча о пол (десять раз)

Если упражнение не получилось, мяч передается другому игроку. После потери мяча игра возобновляется с того кона, на котором заронил. (В эту игру играют двое, трое детей).

«Казачи-разбойники»

Играют от шести человек и более (чем больше, тем лучше).

Играющие оговаривают территорию, на которой будет проходить игра. Разделившись на две команды, они по жребию определяют, кто будет играть за «казачков», а кто за «разбойников». Иногда выбираются атаманы.

«Разбойники» совещаются и загадывают кодовое слово (секретный «пароль»). Может быть не слово, а пароль 13245 и т. д., максимум 8 цифр.

По сигналу «разбойники» убегают прятаться («казачки» не должны подглядывать). Путь передвижения обозначается с помощью стрелок на асфальте и других поверхностях (стенах, заборах), чтобы у «казачков» были подсказки, где искать. Чаще всего вначале команда бежит вместе, затем разделяется, чтобы запутать соперников. Чем быстрее «разбойники» убегают и чем запутаннее рисуют стрелочки, тем у них больше шансов надёжно спрятаться.

«Казачки» в это время обустроивают «темницу» и придумывают, как будут «пытать» пленных. Через оговоренный промежуток времени (обычно 15-20 минут) «казачки» отправляются искать «разбойников». Найденного разбойника ловят («пятнают») и отводят в темницу (он не имеет права вырваться и убежать).

Некоторые источники утверждают, что «казачок», поймавший «разбойника», остаётся в «темнице», сторожить его. В других говорится о страже (1-2 человека), которая постоянно следит за «разбойниками» в «темнице», а «казачки» могут бежать ловить остальных.

В «темнице» «разбойников» «пытают» (щекочут, подсовывают насекомых, жгут крапивой, кидают на землю, дают подзатыльник). Виды «пытков» заранее оговариваются: они не должны быть жестокими или обидными.

Задача «казачков»: вывести секретное слово-пароль.





Данный сборник напечатан за счет
средств «Фонда президентских грантов»
Тираж 200 шт.



Вступайте в группу проекта
«Капитаны двора» по ссылке
<https://vk.com/kapitantmn>
или отсканируйте QR код

